

---

# Самопрезентация и публичное выступление

---

Тимшин Вадим Алексеевич,  
кандидат философских наук,  
доцент



Наполеон I Бонапарт (1769-1821),  
император, полководец и  
государственный деятель

«Когда ищешь причины  
успехов великих полководцев,  
то удивляешься, находя, что  
они делали всё, чтоб  
обеспечить их».

*Наполеон I*

# На какие вопросы нужно знать ответы перед публичной защитой проекта

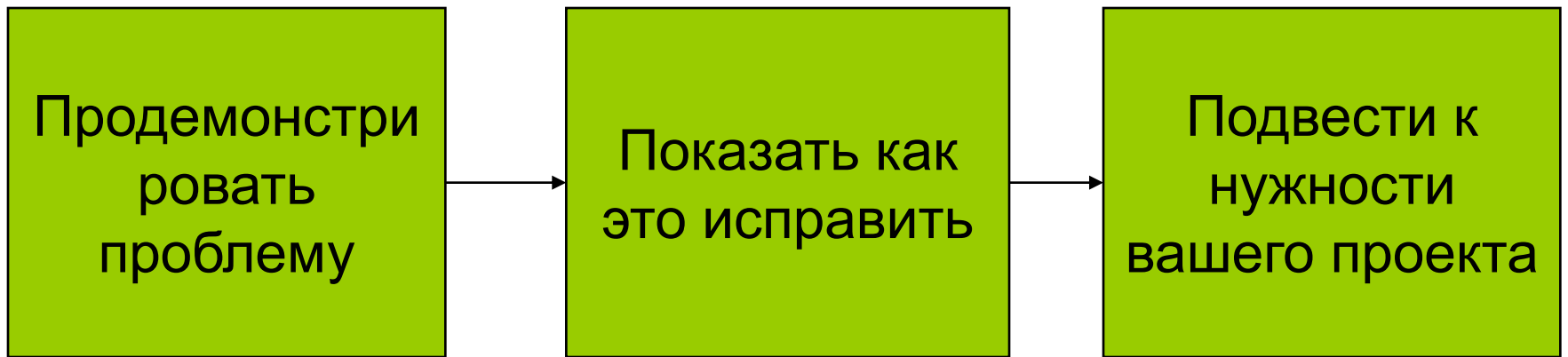


Мария Савиных (ВятГУ), проект  
«Галопом по России за 80 дней»

- Нравиться ли вам ваш проект?
- Какую проблему он решает? Какие факты, примеры вы можете привести?
- Если ваш проект будет реализован какую конкретную пользу он принесет? Кому?
- Чем ваш проект отличается от других?

---

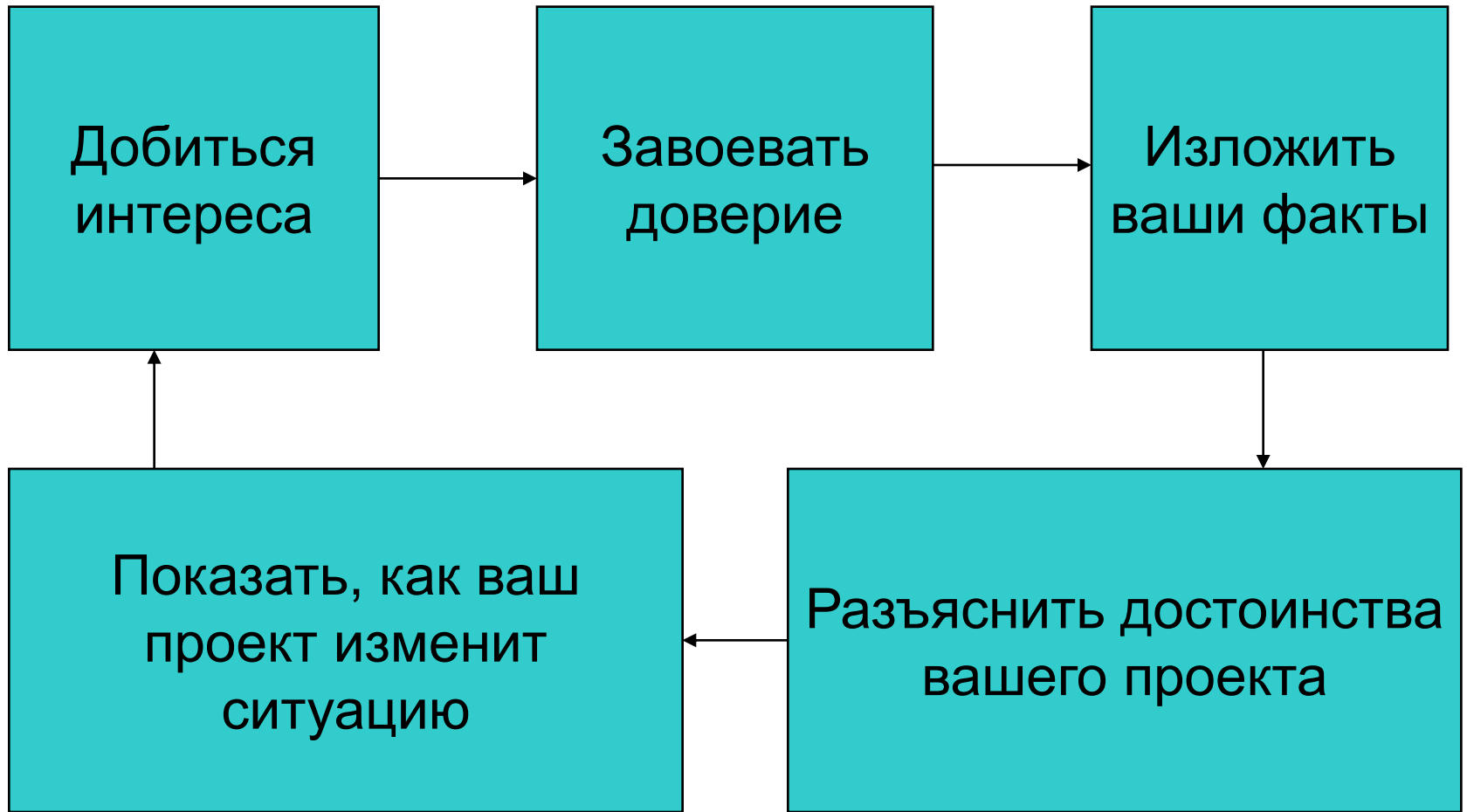
# Возможная структура речи



# Возможная структура речи



# Возможная структура речи



# Вступление. Что не нужно делать

- Не извиняйтесь.
- Не говорите, что волнуетесь.
- Не показывайте, что вы слишком тщательно готовились.
- Не начинайте выступление слишком формально.
- Не шутите и не используйте юмор
  - обычно это плохо получается.

# Вступление. С чего начать

- Приведите интересный факт, имеющий отношение к теме:
  - «Знаете ли вы, что...»;
  - «Задумывались ли вы над тем, что...»;
  - приведите впечатляющее своими размерами число, имеющее отношение к теме;
  - используйте сравнение и образы.
- Поставьте вопрос или цепочку вопросов.
- Расскажите случай
  - «Когда я ехала сюда...»



# Вступление. С чего начать

- Поиграйте на чувствах аудитории.
  - свяжите актуальное важное событие с темой выступления.
- Покажите, что тема выступления связана с жизненно важными интересами слушателей.
- Используйте какой-нибудь предмет для демонстрации.
- Расскажите о себе.
- Сделайте комплимент:
  - «Выступать перед специалистами такого уровня для меня большая честь».
  - «Я никогда не думала, что удостоюсь такой чести выступать перед вами».

# Кульминация. Основная часть

- Кульминация - это предложение, с которым вы пришли к аудитории. Формулируйте призыв в прямом или косвенном виде.
- Как подготовить зал?
  - опишите положение дел на сегодня.
  - рассмотрите варианты, как можно было бы поступить.
  - выберите один наиболее предпочтительный.

# Заключение. Основной принцип

- Заключение должно быть мажорным, чтобы захотелось заплодировать.



- Подвести итоги.
- Вернуться к началу.
- Сделать комплимент.
- Пошутить.
- Привести цитату

---

# Важные мелочи: подготовка

- Максимально готовьтесь к выступлению.
  - Не пишите текст. Произнесите речь устно. Сделайте это несколько раз.
  - Держите под рукой тезисы выступления.
  - Сформулируйте четкую цель выступления.
  - Продумайте возможные вопросы аудитории.
-

# Важные мелочи: установка на успех

- Создайте в себе подъём
  - подумайте о тех выгодах, которые вы можете получить.
- Верьте в себя.
- Спокойно относитесь к результатам своего выступления
  - воспринимайте выступление как игру.
- Получайте удовольствие. Это возможно!

# Важные мелочи: невербалика

- Выберите место для выступления
  - займите комфортное положение.
- Уберите посторонние звуки
  - ключи, телефон, ручка и др.
- Доброжелательное выражение лица
  - напряженность мышц – напряженность ума.
- Контакт «глаза в глаза».
- Демонстрируйте открытые ладони.
- Уделяйте особое внимание флангам.

# Важные мелочи: как вовлечь аудиторию

- **Задайте вопрос**
  - ждем ответа и/или сами отвечаем.
- **Используйте контрастные раздражители**
  - меняйте громкость звука;
  - ходите вдоль первых рядов;
  - сначала показывайте, потом рассказывайте и др.
- **Попросите вас помочь в чём-то:**
  - поддержать что-то,
  - ответить на вопрос,
  - дать знать, когда истекут 10 минут и др.

# Как отвечать на вопросы аудитории?

- Не оправдывайтесь
  - сделайте комплимент, заметившему ошибку.
- Если не знаете что ответить:
  - «Спасибо за вопрос. Это то, над чем ещё нужно подумать».
- Никогда не возражайте в оскорбительной манере
  - «Спасибо за острый вопрос».
  - «Прежде чем ответить на ваш вопрос, нужно рассмотреть вот что..».
  - «Какой необычный вопрос».
  - «Э, да вы, кажется, загноули меня в угол».



---

Какого вопроса вы боитесь?

---

---

Как бы вы на него ответили?

---

# Как «завалить» публичное выступление

- Смотрите куда угодно, только не на людей в аудитории.
- Говорите так, чтобы никто не слышал и ничего не разобрал.
- Говорите о том, в чём не разбираетесь.
- Забывайте текст и используйте слова паразиты.
- Расположитесь спиной или боком к аудитории, не скрывайте свою небрежность в одежде.

# Тест «Умеете ли вы выступать публично?»

Отвечать на вопросы нужно «да» или «нет»

- 1. Нуждаетесь ли вы в тщательной подготовке к выступлению в зависимости от состава аудитории, даже если вы не раз выступали на эту тему?
- 2. Чувствуете ли вы себя после выступления "выжатым", ощущаете ли резкое падение трудоспособности?
- 3. Всегда ли одинаково начинаете выступления?
- 4. Волнуетесь ли перед выходом на трибуну настолько, что должны преодолевать себя?
- 5. Приходите ли задолго до начала выступления?
- 6. Нужны ли вам 3-5 минут, чтобы установить первоначальный контакт с аудиторией и заставить внимательно вас выслушать?
- 7. Стремитесь ли говорить строго по намеченному плану?
- 8. Любите ли вы во время выступления двигаться?
- 9. Отвечаете ли на записки по ходу их поступления, не группируя их?
- 10. Успеваете ли во время выступления пошутить?

При положительном ответе засчитайте себе 2 балла.

---

# ИТОГ

- Если вы набрали:
  - более 12 баллов – вы умеете подчинить себе аудиторию, не допускаете вольностей в поведении на трибуне и в речи, но излишняя независимость от аудитории может сделать вас нечувствительным к интересам слушателей.
  - менее 12 баллов – вы сами подчиняетесь аудитории, ориентируясь на ее реакцию, но стремление во всем следовать за ней может привести к потере авторитета и эффекта от сказанного.

---

Что посмотреть: примеры  
публичных защит проектов  
(см. дальше)

---

Нажмите **F11**, чтобы выйти из полноэкранного режима

**РОССИЯ** *К*

НОВОСТИ ВИДЕО **ПЕРЕДАЧИ** ТЕЛЕПРОГРАММА ОНЛАЙН

ПОИСК ПО САЙТУ



# НАУЧНЫЙ СТЕНДЖАП НОВЫЙ СЕЗОН



**ВИДЕО** / Эфир 21.04.2019



ИВАН БОЛОТСКИЙ



ЕКАТЕРИНА КНЯЗЕВА

реклама

**РОССИЯ 1**

## ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ

СМОТРЕТЬ  
СЕРИАЛ  
**ОНЛАЙН**



# ВИДЕО / ВСЕГО 59842

ВСЕ

ДОКУМЕНТАЛИСТИКА

ЭКСКЛЮЗИВ

ОБРАЗОВАНИЕ

ПОРТРЕТЫ

ПЕРЕДАЧИ

НОВОСТИ

ИНТЕРВЬЮ

КИНОФИЛЬМЫ

СПЕКТАКЛИ

ИСТОРИЯ

МУЗЫКА

ТЕАТР

КИНО

ОБЩЕСТВО

ИЗОБРАЗИТЕЛЬНОЕ ИСКУССТВО

КОНКУРС "ЩЕЛКУНЧИК"

ЛИТЕРАТУРА

НАУКА

ПРЕСС-РЕЛИЗЫ ТЕЛЕКАНАЛА

ПРИГЛАШАЕМ НА СЪЕМКИ

## 🏠 НАУЧНЫЙ СТЕНД-АП

Образование



Эфир 21.04.2019



Иван Болотский



Екатерина Князева



Александр Кузин

реклама



[https://tvkultura.ru/video/show/brand\\_id/62329/episode\\_id/2160011/video\\_id/2174422/](https://tvkultura.ru/video/show/brand_id/62329/episode_id/2160011/video_id/2174422/)





Итак...

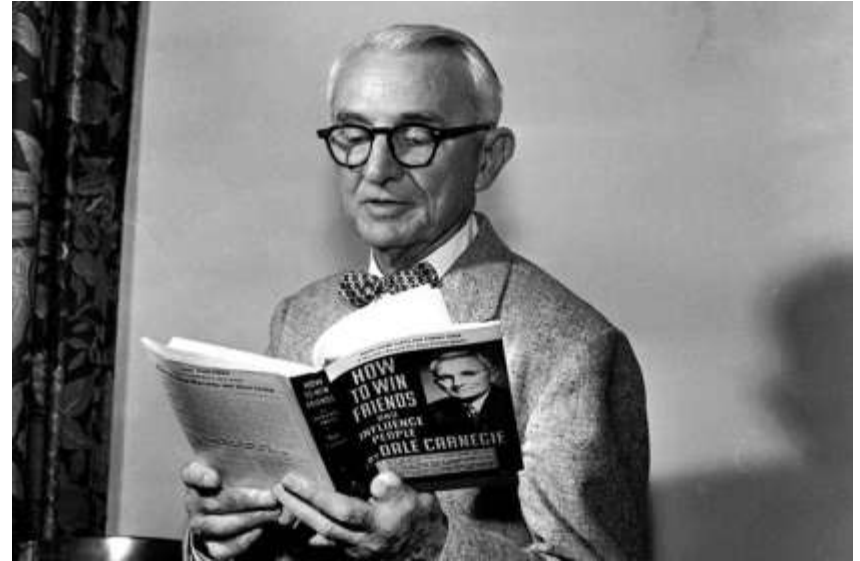


---

«Если в голове и сердце  
есть идея и внутренняя  
потребность  
высказаться – успех  
почти обеспечен».

«Подготовиться – это  
значит подобрать и  
скомпоновать  
собственные мысли,  
привести собственные  
примеры».

*Д. Карнеги*



Дейл Брэкенридж Карнеги (1888-1955),  
американский педагог, лектор, писатель,  
оратор-мотиватор

---



Майя Энджелоу (1928–2014),  
американская писательница и поэтесса,  
профессор, мемуарист, режиссер, актриса,  
историк, просветитель и борец за  
гражданские права

«Люди забудут, что вы  
говорили. Люди забудут,  
что вы делали. Люди не  
забудут одного – что они  
чувствовали благодаря  
вам».

*Майя Энджелоу*

---

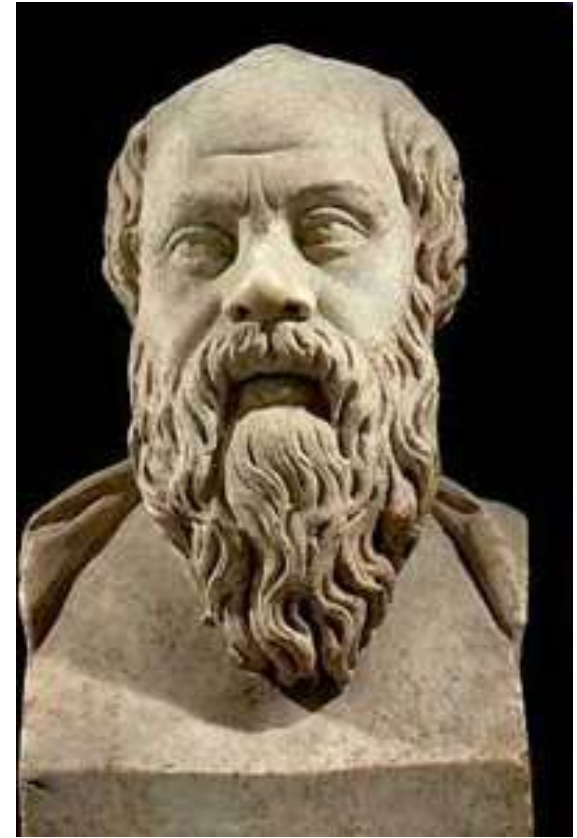
И ещё...

---

---

«Серьезные доводы  
противника опровергай  
шуткой, шутки –  
серьезностью».

*Горгий*



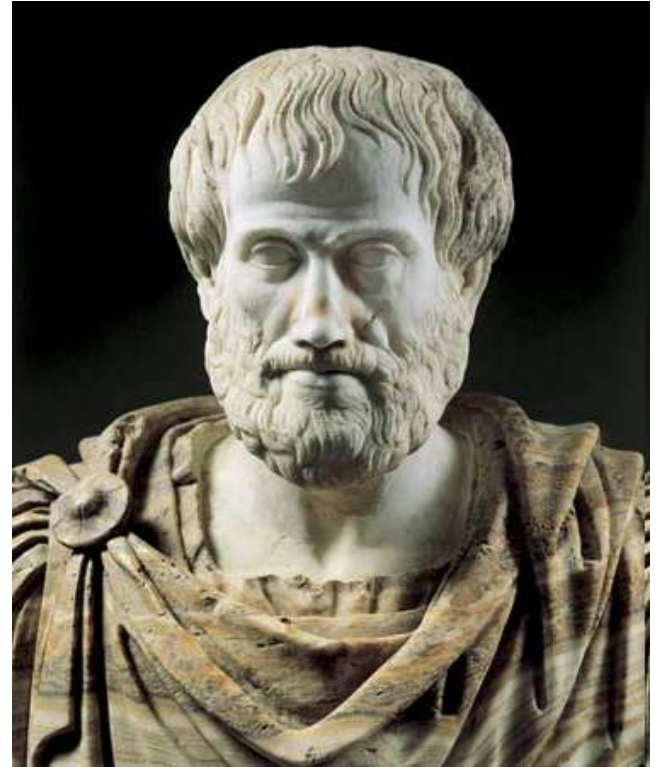
Горгий  
(ок. 483-375 г. до н.э.)

---

---

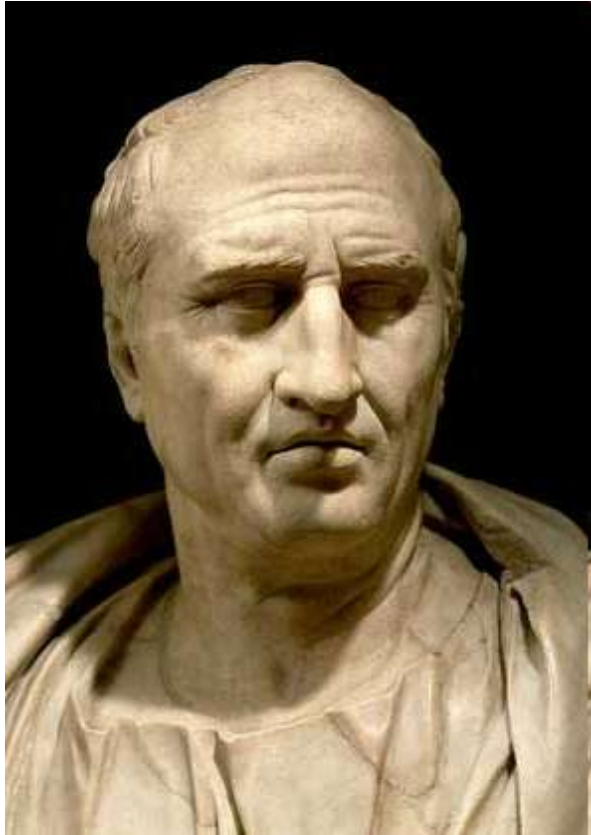
«Ясность - главное  
достоинство речи».

*Аристотель*



Аристóтель  
(384–322 до н. э.)

---



Цицерон Марк Туллий,  
ок. 106–43 до н.э.

«Поэтами рождаются,  
ораторами становятся!»

*Цицерон*

---

Только вперед!

---